

ABUSO DI ALCOOL

Sensibile alle apprensioni più volte manifestate da psicologi, assistenti sociali, medici ed infermieri sulla questione dell'abuso di bevande alcoliche, affronto questo problema dal punto di vista della salute e della promozione di uno stile di vita più sano.

Lo faccio, in ambito preventivo, rivolgendomi sia alle persone adulte che svolgono funzioni educative e di esempio nei confronti dei giovani, sia alle persone che nella società rivestono ruoli di responsabilità.

L'alcol è una sostanza che può avere importanti effetti negativi sulla salute fisica, psichica e sociale delle persone e delle loro famiglie in quanto:

- ha immediati effetti tossici acuti e, nel lungo tempo, degenerativi;
- in Europa è responsabile del 9% delle malattie croniche;
- contribuisce, in una misura che va dal 40% al 60%, a tutte le morti dovute a ferite non intenzionali (incidenti stradali, sul lavoro e domestici) ed intenzionali (criminalità, violenza, suicidi);
- causa importanti danni neurologici soprattutto se l'assunzione avviene durante la fase di crescita e di sviluppo del cervello (infanzia e adolescenza) o durante la gravidanza e l'allattamento;
- rappresenta un'importante concausa per gravi problemi che possono verificarsi in ambienti familiari (abusi ed incuria nei confronti di minori e crisi familiari), sul luogo di lavoro e nel tempo libero.

Gli effetti negativi, diretti ed indiretti, non sono limitati ad una minoranza di bevitori eccessivi e facilmente individuabili, ma si estendono a tutta la popolazione. Ecco perché il consumo di bevande alcoliche dovrebbe essere evitato o quantomeno ridotto non solo dai consumatori a rischio, ma da tutta la popolazione in genere.

I costi dei danni sociali e sanitari causati dalle malattie alcol-correlate (dalla mortalità precoce, dalla perdita di produttività e dalle conseguenze di incidenti e violenze) sono stimati tra il 2% ed il 5% del P.I.L. - prodotto interno lordo - e per questo è importante che i cittadini ricevano informazioni scientificamente corrette sui rischi derivanti dall'abuso di bevande alcoliche.

Innanzitutto non esiste un limite sicuro nel consumo di alcol ma, sulla base delle conoscenze scientifiche attualmente disponibili, si raccomanda alle donne di non bere più di 1-2 bicchieri di vino o birre piccole al giorno e agli uomini 2 (massimo 3) bicchieri a seconda del peso corporeo. Ma anche rispettando queste quantità non si è mai completamente al sicuro dai possibili effetti negativi dell'alcol. Inoltre è fondamentale rammentare di non bere per almeno due giorni non consecutivi alla settimana.

Preoccupa molto, negli ultimi decenni, il cambiamento dei modelli e delle modalità di consumo: diminuisce quello meno dannoso e più controllato di bevande alcoliche durante i pasti (stile mediterraneo) ed aumenta quello fuori pasto, in occasioni ricreative, di bevande ad elevata gradazione ed in quantità eccessiva (stile nordico).

A livello europeo è stato stilato un Piano d'Azione sull'Alcol che raccomanda di rafforzare la legislazione in tema di "alcol e guida" agendo sia sul versante amministrativo (con il ritiro della patente di guida) che sul versante penale. In generale viene promossa una intensificazione dei test alcolimetrici tramite strategie di controllo efficienti, notturne e diurne, accompagnate da interventi educativi e di prevenzione che migliorino l'accettazione dei controlli da parte della popolazione.

La ricerca internazionale dimostra che i controlli da parte delle Forze dell'Ordine sono lo strumento più efficace per ridurre la guida sotto l'effetto dell'alcol e quindi ridurre gli incidenti stradali. A mio modesto parere andrebbero ulteriormente ridotti gli attuali limiti di alcolemia consentiti per la guida portandoli dallo 0,5 allo 0,0 per mille per i neo-patentati (come già avviene in Germania ed in Austria) e per gli autisti dei veicoli di trasporto.

Il suddetto Piano d'Azione Europeo raccomanda di evitare l'alcol durante le attività di divertimento, come gli eventi musicali, le aggregazioni giovanili e gli eventi sportivi rivolti ai giovani, invita ad offrire un'ampia possibilità di cibo e bevande analcoliche, e raccomanda di vietare la pubblicità e le

pressioni per indurre i giovani a bere, anche con sponsorizzazioni ed offerte sottocosto o gratuite di alcolici.

Più è precoce e maggiore l'uso di alcol, più aumenta il rischio di sviluppare, nel corso della vita, comportamenti di dipendenza e di perdita di controllo, non soltanto per l'alcol, ma anche per altre sostanze (politossicodipendenza). Esistono infatti evidenti e comprovati legami tra l'eccessivo consumo di alcol e la perdita di controllo comportamentale individuale e sociale che si esplica attraverso gli atti vandalici, le violenze, i comportamenti sessuali a rischio, gli incidenti stradali causati e subiti, le invalidità ed i decessi. Per questo è fondamentale ridurre il numero dei giovani bevitori aumentando l'età del primo contatto con l'alcol.

Vanno sviluppate misure volte ad eliminare l'alcol dalle scuole e dai luoghi deputati all'educazione. I bambini, i giovani e tutti quelli che non vogliono, o non possono, bere alcolici vanno protetti dalla pressione sociale e culturale che invita a bere.

La Dichiarazione di Stoccolma (febbraio 2001) sui Giovani e l'Alcol afferma che tutti hanno il diritto ad avere una vita familiare, sociale e professionale al riparo da incidenti, atti di violenza e da altre nefaste conseguenze causate dal consumo di alcol.